

MAL DANS SA PEAU à cause de la rosacée

LORSQU'ON EST ATTEINT DE ROSACÉE, NON SEULEMENT ON A LA PEAU ROUGEAUDE ET PARFOIS DES BOSSES ET DES BOUTONS, MAIS ON EST MAL DANS SA PEAU. OR, DES TRAITEMENTS EFFICACES PERMETTENT AUJOURD'HUI D'EN ATTÉNUER LES SYMPTÔMES PHYSIQUES ET, DU COUP, LES RÉPERCUSSIONS ÉMOTIONNELLES.

Par Sophie Gagnon

«La grande majorité des gens qui consultent en raison d'une rosacée active ont entre 45 et 60 ans. Certaines personnes vont s'accommoder toute leur vie d'une rosacée de stade 1, aussi appelée couperose. Mais la plupart du temps, la maladie évolue et des boutons apparaissent ou, plus rarement, le fameux *brandy nose*», explique le Dr Daniel Barolet, dermatologue.

Il ajoute qu'au sein d'une population à la peau claire, jusqu'à 10 % des gens peuvent en être atteints. Les personnes ayant la peau sensible y sont aussi plus sujettes, tout comme celles qui ont des antécédents de rosacée dans leur famille.

DES SYMPTÔMES PHYSIQUES...

La principale manifestation de cette maladie chronique inflammatoire de la peau est la présence de plaques rouges, souvent sur les joues et le nez, d'abord de façon passagère, puis de manière persistante et plus visible. Les symptômes varient d'une personne à l'autre, mais il arrive fréquemment que la peau prenne une apparence irrégulière et rugueuse, en raison des bosses, des vaisseaux sanguins dilatés et des boutons purulents qui caractérisent cette maladie.

Il y a plusieurs formes de rosacée et chacune a plusieurs stades. Toutefois, dans près de la moitié des cas, ces rougeurs – avec ou sans boutons – s'accompagnent d'une atteinte oculaire dont les symptômes sont des yeux injectés de sang et larmoyants, des orgelets à répétition ainsi qu'une sensation d'irritation, de sécheresse ou de sable dans les yeux.

...ET ÉMOTIONNELS

Mais il n'y a pas que des symptômes physiques. Aussi visible qu'un nez au milieu de la figure et touchant l'apparence, la rosacée a aussi des conséquences négatives sur la santé émotionnelle et la vie sociale des personnes qui en sont atteintes. En effet, 75 % d'entre elles ont une faible estime personnelle et elles sont cinq



SANTÉ

fois plus susceptibles de faire une dépression que la population générale.

Regards insistants, commentaires désobligeants et préjugés sont en effet leur lot, la rosacée étant associée à tort à un abus d'alcool, à une protection inadéquate contre le soleil ou à une mauvaise hygiène de la peau.

« DES CRÈMES ANTI-INFLAMMATOIRES, DES ANTIBIOTIQUES ET LE LASER PERMETTENT D'ATTÉNUER LES SYMPTÔMES DE LA ROSACÉE »

DES TRAITEMENTS À LA RESCousse

Heureusement, bien qu'il ne soit pas possible de guérir de la rosacée, plusieurs moyens existent pour en diminuer les effets physiques, ce qui a aussi une influence sur le niveau de bonheur des individus touchés.

Le D^r Barolet indique que la recherche a grandement évolué depuis dix ans. Ainsi, on en arrive beaucoup mieux qu'auparavant à minimiser les symptômes de la rosacée. Il ajoute que plusieurs nouvelles crèmes permettent d'agir de façon plus ciblée et plus pointue contre la rosacée, de sorte qu'il n'y a plus de raison de nos jours de se promener avec des boutons de rosacée sur le visage.

« Lorsqu'il y a des boutons, on peut traiter avec des crèmes anti-inflammatoires ou des antibiotiques oraux », indique le D^r Barolet, qui pratique dans sa clinique éponyme.

Au besoin, on peut ensuite faire enlever au laser les capillaires qui se sont dilatés et qui ont tendance à toujours ramener les boutons. Le D^r Barolet explique qu'en général, deux séances de laser suffisent à maîtriser la rosacée, suivies d'un traitement d'entretien, tous les deux à cinq ans. Cependant, les traitements au laser ne sont offerts qu'au privé et chaque séance coûte entre 400 \$ et 500 \$.

AGIR SUR LES DÉCLENCHEURS

Une autre façon d'atténuer les symptômes de la rosacée est d'agir sur les éléments qui déclenchent les poussées, lesquels varient d'une personne à l'autre : exposition au soleil, températures extrêmes, effort physique intense, stress, consommation d'aliments épicés, très chauds ou très froids, de boissons caféinées, d'alcool (en particulier le vin rouge), etc. Ces facteurs déclencheurs causent des bouffées de chaleur et, à la longue, la dilatation permanente des vaisseaux sanguins et l'irritation à

l'origine de plaques rouges, sèches et rugueuses sur la partie centrale du visage.

Aussi, des soins de la peau adéquats peuvent contribuer à redonner ses fonctions protectrices à la barrière cutanée et, ainsi, limiter les impacts de la rosacée.

VRAI OU FAUX?

1- La rosacée est une forme d'acné qui se déclenche dans la quarantaine.

Faux. Bien qu'elle se manifeste souvent par des rougeurs ainsi que des bosses rouges et des boutons passagers, il ne s'agit pas d'acné.

2- Elle touche plus de femmes que d'hommes.

Vrai. Toutefois, les hommes sont principalement touchés par un type rare de rosacée, caractérisé par un épaissement de la peau, qui devient rouge, bosselée et augmente de volume, généralement au niveau du nez.

3- Elle affecte 300 000 Canadiens.

Faux. Plus de 3 000 000 de Canadiens en sont atteints.

4- Elle ne disparaît pas d'elle-même.

Vrai. Toutefois, les symptômes peuvent être plus légers pendant un certain temps, avant de se réactiver.

5- L'une des premières manifestations de la rosacée est une tendance à rougir fréquemment.

Vrai. Puis, les plaques rouges deviennent persistantes.

EST-CE QUE JE DOIS CONSULTER?

Si votre état correspond à l'un des symptômes suivants, il serait temps de parler de la rosacée avec votre médecin :

1. Rougeurs visibles sur le visage, qui ne disparaissent pas.
2. Symptômes émotionnels (déprime, gêne, anxiété sociale) à cause de vos bouffées de chaleur ou des rougeurs sur votre visage.
3. Peau qui brûle, picote ou enfle en présence d'une bouffée de chaleur.
4. Boutons, bosses rouges et rougeurs persistantes sur le visage.
5. Yeux injectés de sang, irrités et larmoyants.
6. Peau épaissie, bosses et rougeurs sur le nez, le menton, le front ou les oreilles. 🚩

SOURCE : SOCIÉTÉ CANADIENNE DE L'ACNÉ ET DE LA ROSACÉE